

[課題演習概要]

自ら運動する態度を育成する保健体育科学習指導の研究 —運動に対する有能さに着目して—

宇 野 文 晶

Fumiaki UNO

福岡教育大学大学院教育学研究科教職実践専攻教育実践力開発コース

キーワード：運動，内発的動機づけ，有能さ，ソフトボール

1 研究の目的

文部科学省（2017）によると，保健体育科の目標は，生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成することを重要視している。岡沢ら（1996）は，生涯にわたって運動を継続的に行うためには，運動に対する動機づけが必要であると考えた。動機づけには，外発的動機づけや内発的動機づけがあり，健康のため，成績のため，怒られないため等，運動すること以外を目的に運動に参加する場合は，「外発的に動機づけられた運動参加」としている。一方で，運動することが楽しいから運動に参加するというように，運動すること自体を目的に運動に参加する場合は，「内発的に動機づけられた運動参加」としている。

このことから，自ら運動する態度を育成するためには，運動すること自体を目的に運動に参加するといった，運動に対する内発的動機づけが必要な視点になると考えた。

「有能さと自己決定」の考え方からアプローチし，体育の授業が運動に対する内発的動機づけにどのような影響を与えるかについて究明する。また，運動に対する内発的動機づけが高まる体育の授業を考案する。

2 研究の計画

競技の特性に応じた「運動に対する有能さ」の2つの能力（競技の特性に応じたより良い成果を出すことができる能力，成果を出すために見通しを立て粘り強く取り組むことができる能力）を定義し，それらを捉えるための学習プリントの内容を検討し，作成する。

生徒自身が，「運動に対する有能さ」について評価できるアンケートの内容を検討し，作成する。

3 研究の内容

(1) 運動に対する内発的動機づけについて

E. L. デシ（1980）は，内発的に動機づけられた行動とは，「人がそれに従事することにより，自己を有能で自己決定的であると感知することのできるような行動である」と定義している。

ホワイト（1959）は，有能さとは，自己の環境を効果的に処理することのできる人の能力もしくは力量であるとしている。

これらの研究から，伊藤（1986）は，スポーツ行動に関する原因帰属モデルを検討する際に「身体的有能さの認知」を提唱し，「自分が努力すれば環境をコントロールできるという見通しと自信」と定義している。また，岡沢ら（1996）は，内発的動機づけに関する体育授業研究の有効な尺度として，身体的有能さの認知，統制感，受容感の3因子から構成される「運動有能感」を提唱している。

体育の授業における内発的動機づけに関する研究では，運動に対する内発的動機づけの要因を「有能さと自己決定」からアプローチしている研究があり，「有能さと自己決定」が，内発的動機づけを決定する重要な要因となっていることが分かる。

このことから，本研究では，内発的動機づけの要因を競技の特性に応じたより良い成果を出すことができる能力と成果を出すために見通しを立て粘り強く取り組むことができる能力と定義し，2つの能力を「運動に対する有能さ」と呼ぶことにする。

「競技の特性に応じたより良い成果を出すことができる能力」の評価は，技能や記録を数値化し

て行う。「成果を出すために見通しを立て、粘り強く取り組むことができる能力」の評価は、学習プリントの内容とアンケート調査で行う。

(2) 実践について

中学校第2学年男子を対象に、ソフトボールの授業(15時間)を考案した。守備に関する動き(捕球動作と送球動作)の自己の課題を発見し、その改善に向けて練習を工夫する学習を計画した。

競技の特性に応じたより良い成果を出すことができる能力は、「ゴロを捕球し、狙った場所へ送球することができる能力」と設定し、捕球動作と送球動作の一連の動きを3回行い、捕球と送球の成功回数で評価を行った。また、守備に関する動きを学習した直後(4時間目)と単元のまとめ(15時間目)の2度実施し、成功回数の変化を見取った。成果を出すために見通しを立て粘り強く取り組むことができる能力は、「守備に関する動きの自己の課題を分析し、改善に向けて取り組みを工夫できる能力」と設定し、学習プリントの記述内容を評価した。

運動に対する有能さに関するアンケート調査も同様に、守備に関する動きを学習した直後(4時間目)と単元のまとめ(15時間目)の2度実施した。

4 成果と課題

運動に対する有能さに関するアンケート調査は、28名を対象に4件法で行い、数値の増加と減少を見取った。内容項目と結果は、資料のとおりである。

資料 アンケート調査結果

	内容項目	増加人数率 (人数)	減少人数率 (人数)
送球動作	1, グラブの手と踏み込み足を投球したい方向へ向けて、投球することができますか。	36% (10)	14% (4)
	2, 右ひじをしっかりと上げて、ボールを耳の横にした構えをとることができますか。	18% (5)	7% (2)
	3, グラブを引きつけて、体をひねる勢いで腕を振ることができますか。	36% (10)	14% (4)
捕球動作	4, 膝を軽く曲げ、前傾姿勢を保ちながら捕球することができますか。	14% (4)	14% (4)
	5, 捕球後、ステップを踏み、スムーズに送球動作に移ることができますか。	29% (8)	21% (6)
学習への取り組み方	6, ソフトボールの授業で、自分の課題を発見することができますか。	25% (7)	7% (2)
	7, ソフトボールの授業で、自分の目標を設定することができますか。	29% (8)	14% (4)
	8, ソフトボールの授業で、自分の課題を解決するための練習を考えることはできますか。	43% (12)	18% (5)
	9, ソフトボールの授業で、工夫して練習に取り組むことはできますか。	39% (11)	14% (4)

送球動作に関するすべての項目において、増加人数率が減少人数率に比べて2倍以上であることが分かる。捕球動作に関する項目5においては、

増加人数率が減少人数率に比べて高いことが分かる。このことから、学習以前に比べて競技の特性に応じたより良い成果を出すことができる能力が高まったと実感した生徒が同様に増加したといえる。また、学習への取り組み方に関するすべて項目において、増加人数率が減少人数率に比べて2倍以上あることが分かる。このことから、成果を出すために見通しを立て粘り強く取り組むことができる能力が高まったと実感した生徒が同様に増加したといえる。

以上から、本研究で定義した「運動に対する有能さ」の高まりを実感している生徒は、内発的動機づけを決定する要因の1つが高まったと考えられる。

捕球動作と送球動作のポイントをそれぞれ5点にまとめ、それぞれの視点ごとに自己の動きを振り返ることができるように学習プリントを工夫することができた。

アンケート調査に、「ソフトボールは好きですか」という項目を設定し、実態調査を行った。「いいえ」と回答した生徒が4名いたが、その後、そのすべての生徒が「はい」と回答した。4名のアンケート調査結果では、平均して5項目で高まりが見られた。このことから、運動に対する有能さの高まりがソフトボールを好きになる要因の1つになったと考えられる。

「ソフトボールは好きですか」という項目に「はい」と回答したが、その後、「いいえ」と回答した生徒が1名いた。アンケート調査では、送球動作と捕球動作に関するすべての項目において数値が減少していた。このことから、競技の特性に応じたより良い成果を出すことができる能力の高まりを実感することができない生徒もいたといえる。

自己の動きに関する課題やそれを改善するために取り組みを工夫していること等、粘り強く取り組んでいる学習過程を見取るための学習プリントの工夫が必要であった。

主な引用・参考文献

- E. L. デシ 安藤延男・石田梅男訳 1980 内発的動機づけ—実験心理社会的アプローチ 誠信書房
- 伊藤豊彦 1986 原因帰属様式と身体的有能さの認知がスポーツ行動に及ぼす影響—スポーツ行動に関する原因帰属モデルの検討—
- 文部科学省 2017 中学校学習指導要領解説保健体育編
- 岡沢祥訓 他 1996 運動有能感の構造とその発達に及び性差に関する研究